

Efektivitas Konseling Ringkas Berfokus Solusi Untuk Mereduksi Perilaku *Bullying*

Bettrisca Zefilla Yeschisca, Wahyu Nanda Eka Saputra

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta

Bettrisca1500001173@webmail.uad.ac.id

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan konseling ringkas berfokus solusi untuk mereduksi perilaku *bullying* pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan tahun ajaran 2018/2019. Jenis penelitian ini adalah Eksperimen dengan desain penelitian *Pre-Experimental Design* menggunakan model *One Group Pretest Posttest Design*. Penentuan subjek menggunakan teknik *Nonprobability Sampling Design* dengan menggunakan *Purposive Sampling*. Subjek penelitian ini adalah 5 siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan, dengan kategori nilai skala perilaku *bullying* sangat tinggi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara tingkat perilaku *bullying* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling ringkas berfokus solusi.

Keywords : Perilaku *Bullying*, Konseling Ringkas Berfokus Solusi

PENDAHULUAN

Perkembangan seorang anak ditentukan oleh interaksi yang berkesinambungan antara hereditas dan lingkungan, yang menjadikan perkembangan anak berbeda-beda tergantung bagaimana tiap keluarga yang membesarkannya. Perkembangan anak yang baik seperti aspek fisik, keterampilan, pengetahuan, sikap dan perilaku sosial. Dewasa ini, menjelaskan bagaimana perkembangan remaja dalam mencari identitas diri. Masa remaja sebagai masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lebih kita kenal dengan pubertas. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1999).

Masa remaja biasanya mengalami banyak perubahan baik dari fisik maupun psikis. Salah satu bentuk perubahan yang terjadi pada masa *remaja* adalah perubahan *perilaku*. Perilaku remaja yang terjadi seperti mencari perhatian, tertantang dengan hal baru dan melakukan tindakan di luar kemampuannya tanpa memperdulikan resiko. Faktor lain yang mempengaruhi perubahan perilaku remaja yaitu lingkungan. Lingkungan dapat berpengaruh besar dalam perubahan perilaku remaja, sehingga orang tua harus mengontrol anaknya dalam bergaul. Perilaku yang dilakukan bukan lagi perilaku positif melainkan perilaku agresi yang negatif. Masalah yang muncul dari perilaku remaja seperti kekerasan, mengancam dan mengintimidasi. Tindakan kekerasan, mengancam dan mengintimidasi secara terus-menerus lebih di kenal dengan istilah *bullying*.

Kenyataan yang terjadi di lingkungan pendidikan sekarang ini, banyak perilaku negatif. Perilaku negatif yang sering terjadi yaitu perilaku *bullying*. Perilaku tersebut merupakan masalah yang cukup kompleks yang terjadi pada usia remaja. Hal tersebut dapat mengakibatkan peserta didik malas belajar, kurang fokus dalam belajar di sekolah, tingkat minat dan prestasi menurun bahkan peserta didik dapat berbuat hal negatif lainnya. Perilaku *bullying* adalah tindakan kekerasan atau penindasan terhadap seseorang secara menetap kepada satu orang secara terus-menerus yang dilakukan satu orang atau sekelompok orang yang biasanya bertujuan untuk menyakiti. Olweus mengatakan penindasan dapat didefinisikan sebagai satu perilaku sistematis dan berulang-ulang terhadap seorang individu yang tidak dapat membela dirinya. Analitis mengatakan hal yang umum terjadi pada anak-anak dan orang-orang muda yang diganggu berkisar dari 10% hingga 30% di berbagai negara Eropa dan Amerika Serikat (Kvarme, Aabø, & Sæteren, 2013).

Krahe dan Olweus mengatakan *bullying* adalah perilaku agresif yang dimaksudkan untuk menyakiti dan membuat orang lain merasa tertekan, yang dilakukan berulang kali, dan terjadi dalam ketidakseimbangan kekuasaan antar pengganggu dan korban (Safaria & Yunita, 2014). Korban *bullying* biasanya memiliki banyak kesulitan dalam mencari teman, memiliki hubungan yang lebih buruk dengan teman sekelas dan sering memiliki perasaan kesepian yang lebih besar (Kvarme et al., 2013). Korban perilaku *bullying* juga menderita beberapa konsekuensi negatif, termasuk penyesuaian sosial dan akademik yang buruk, depresi, dan kecemasan (Evans, Fraser, & Cotter, 2014). Perilaku *bullying* adalah tindakan yang signifikan yang harus dikurangi, dan salah satu cara untuk membantu orang-orang yang melakukan *bullying* yaitu mengubah perilaku agresi dan sosial mereka yang mendasari tindakan *bullying*.

Berdasarkan penelitian terdahulu *bullying* merupakan fenomena sosial. Sekitar 30% dari anak-anak sekolah terlibat dalam *bullying* sebagai korban, pengganggu. Korban dari perilaku *bullying* menderita beberapa konsekuensi negatif, seperti penyesuaian sosial, akademik yang buruk, depresi dan kecemasan. Keseluruhan temuan dari evaluasi program anti *bullying* yang beragam. Hasil dari 22 uji coba terkontrol tindakan *bullying*, 11 percobaan (50%) melaporkan efek program yang signifikan pada perilaku *bullying*, dan satu melaporkan hasil yang beragam. Hasil dari 27 penelitian yang menilai korban, 18 (67%) melaporkan efek yang signifikan, dan satu melaporkan hasil yang beragam. Hal ini pastinya cukup kuat untuk menunjukkan bahwa intervensi *bullying* bisa efektif (Evans dkk., 2014).

Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah dilakukan penulis terhadap guru bimbingan dan konseling di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan, didapatkan beberapa informasi mengenai perilaku *bullying* terhadap peserta didik. Perilaku *bullying* tersebut dilakukan oleh lawan jenis. Hal tersebut biasanya dimulai dari mengejek temannya menyebut dan menjelekkkan nama orangtua peserta didik lainnya. Beberapa siswa melakukan *bullying* kepada lawan jenisnya, baik itu peserta didik laki-laki maupun perempuan. *Bullying* yang dilakukannya adalah *bullying* verbal, misalnya: sindiran, celaan, memberikan nama panggilan, mengejek, mengancam, dan penggunaan kata-kata yang tidak baik untuk menyakiti orang lain. Hal itu dilakukan tidak hanya dihadapan peserta didik yang menjadi korban *bullying*, tetapi di dalam kelas, lapangan, dan lingkungan sekitar sekolah. Pelaku *bullying* sendiri memiliki ciri-ciri seperti perilaku agresi, kekerasan, mendominasi orang lain, sedikit empati, memiliki kecemasan dan ketidakamanan, kriminalitas dan penyalahgunaan alkohol (Olweus, 1993).

Pemahaman perilaku *bullying* merupakan langkah penting untuk membantu siswa mereduksi perilaku oleh guru bimbingan dan konseling. Studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Prambanan memperlihatkan adanya perilaku *bullying*. Hasil yang didapatkan dari 105 siswa mengenai perilaku *bullying* menunjukkan yaitu 3 siswa (2,86%) dalam kategori rendah, 96 siswa (91,43%) dalam kategori sedang, dan 6 siswa (5,71%) kategori tinggi. Studi pendahuluan tersebut dilakukan dengan menggunakan instrumen angket bentuk-bentuk *bullying* yang dikembangkan oleh Siti Alfina Dewi dalam skripsinya untuk mencapai gelar sarjana strata 1 (S1) di Universitas Ahmad Dahlan tahun 2018. Hasil di atas menunjukkan bahwa perlunya peran guru bimbingan konseling untuk mereduksi perilaku *bullying* di sekolah.

Berdasarkan fakta, peneliti tertarik untuk membantu peserta didik mengurangi dan menghentikan perilaku *bullying* di sekolah. Harapannya dengan lingkungan sekolah yang positif dapat menggali potensi yang dimiliki peserta didik. Layanan konseling individual dapat diberikan kepada pelaku *bullying*. Konseling individu adalah pertemuan konselor dengan konseli secara individu, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *repport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan diri konseli serta konseli mampu mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapi (Sofyan, 2010).

Pemberian layanan konseling individual ini dengan menggunakan pendekatan. Pendekatan yang digunakan pendekatan konseling *postmodern* yaitu konseling ringkas berfokus solusi. Konseling ringkas yang berfokus pada solusi didasarkan pada asumsi

optimis bahwa orang-orang memiliki kemampuan dan kompeten serta memiliki kemampuan untuk membangun solusi yang dapat mengubah arah kehidupan mereka (Corey, 2015).

Konseling ringkas berfokus solusi merupakan pendekatan konseling yang didasari oleh suatu pandangan bahwa sejatinya kebenaran dan kenyataan bukanlah suatu yang bersifat mutlak namun kenyataan dan kebenaran itu dapat dibangun (Sumarwiyah, Zamroni, & Hidayati, 2015). Penggunaan pendekatan konseling ringkas berfokus solusi ini dapat memberikan perubahan yang berkelanjutan dan mampu memperbaiki sikap peserta didik ke arah yang lebih positif dan lebih solutif. Konseling ringkas berfokus solusi menjadikan pendekatan yang memiliki potensi secara efektif dan efisien untuk membantu konseli menemukan solusi terhadap masalahnya melalui tahapan konseling ringkas berfokus solusi. Tahapan konseling ringkas berfokus solusi diantaranya *establishing rapport, identifying a solveable complaint, establishing goals, designing and implementing solution* dan terakhir *evaluation and termination*.

Alasan penggunaan konseling ringkas berfokus solusi karena konseling ringkas berfokus solusi ini berhasil digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang selaras dengan perilaku *bullying*. Penelitian yang terkait yaitu konseling kelompok ringkas berfokus solusi efektif untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMA (Sari, 2014). Konseling ringkas berfokus solusi meyakini bahwa setiap orang memiliki kemampuan dan kompeten untuk membangun solusi yang dapat mengubah arah kehidupan mereka. Pendekatan konseling ringkas berfokus solusi juga berorientasi pada tujuan yang berfokus pada masa depan untuk terapi singkat.

Berdasarkan penelitian terdahulu terdapat beberapa penelitian yang berkaitan langsung dengan perilaku *bullying*. Penelitian pertama, menunjukkan bahwa konseling ringkas berfokus solusi dapat menurunkan perilaku *bullying* (Lestari, 2013). Hasil penelitian kedua mengenai *bullying* yaitu perlunya program pencegahan dan intervensi intimidasi berbasis sekolah yang berprioritas tinggi untuk meminimalkan kerugian siswa akibat *bullying* selama masa remaja (Lester, Cross, Dooley, & Shaw, 2013).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan di atas, penulis tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan judul “Efektivitas Konseling Ringkas Berfokus Solusi untuk Mereduksi Perilaku *Bullying* pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan Tahun Ajaran 2018/2019”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen untuk melihat keefektifan layanan konseling ringkas sberfokus solusi untuk mereduksi perilaku *bullying* pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Bentuk desain penelitian yang akan digunakan adalah *pre-experimental design* dengan menggunakan model *one group pretest posttest*.

Penelitian ini menggunakan 2 (dua) instrumen yaitu skala perilaku *bullying* dan pedoman observasi. Skala perilaku *bullying* terdiri dari 21 pernyataan yang sudah tervalidasi. Dengan nilai koefisien *alpha cornbach* pada penelitian ini adalah 0,820, maka dapat disimpulkan bahwa termasuk dalam kategori reliabilitas tinggi. Pedoman observasi digunakan setelah pelaksanaan *treatment* dan *posttest* telah selesai. Lembar pedoman observasi juga dibuat sesuai dengan indikator pada perilaku *bullying*.

Penelitian ini menggunakan skala perilaku *bullying* yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Kemudian skala perilaku *bullying* tersebut disebarkan pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Peneliti dalam penelitian ini harus memiliki data yang relevan yang dapat menggambarkan tingkat *pre-test* dan *post-test* siswa tentang perilaku *bullying* pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Data yang terkumpul dalam bentuk kuantitatif (angka) yang kemudian dianalisis menggunakan rumus statistik di atas. Penggunaan analisis secara statistik ini menggunakan rumus *t-test* dengan menggunakan bantuan fasilitas komputas program SPSS series 20 (*Statistical Package for Sosial Science*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

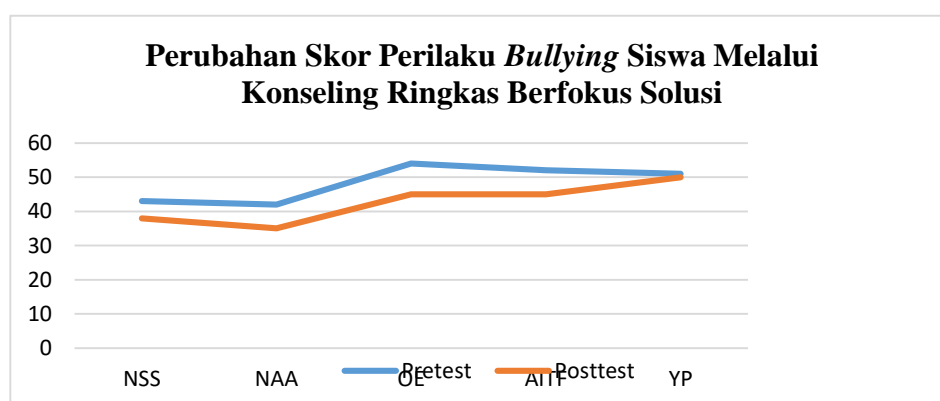
Hasil penelitian ini menjelaskan dua bagian yaitu penurunan nilai dari hasil penyebaran skala perilaku *bullying* antara *pretest* ke *posttest* serta hasil uji signifikansi dengan menggunakan rumus *t-test*. Data *pretest* dan *posttest* tentang perilaku *bullying* yang telah dikumpulkan kemudian diolah menggunakan program *Microsoft excel*. Hasil *pretest* dan *posttest* skala perilaku *bullying* siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan tahunajaran 2018/2019 adalah sebagai berikut:

Tabel. 1
Deskripsi Skor Perilaku *Bullying* Siswa Kelas VII
SMP Muhammadiyah 1 Prambanan

No	Subjek	Skor dan Kategori				Gain (d)
		Pretest		Posttest		
1	NSS	43	Tinggi	38	Sedang	5
2	NAA	42	Tinggi	35	Rendah	7
3	OE	54	Sangat Tinggi	45	Tinggi	9
4	AITF	52	Sangat Tinggi	45	Tinggi	7
5	YP	51	Sangat Tinggi	50	Tinggi	1
Total	N=5	244		213		Σd=29
Mean		48,5		42,6		5,8

Pada tabel di atas dapat dijelaskan bahwa terjadi penurunan perilaku *bullying* siswa dari yang berkategori sangat tinggi menurun menjadi kategori tinggi, sedang dan rendah. Awalnya sebelum *treatment* diberikan, rata-rata perilaku *bullying* siswa yaitu 48,5 sedangkan setelah diberikan *treatment* skor rata-rata perilaku *bullying* kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan menjadi 42,6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan perilaku *bullying* siswa yang paling besar adalah subjek yang berinisial OE sebesar 9 poin, sedangkan penurunan skor perilaku *bullying* paling kecil adalah subjek yang berinisial YP sebesar 1 poin.

Secara visual penurunan perilaku *bullying* siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Grafik 1
Perubahan Skor Perilaku *Bullying* Siswa Melalui Konseling Ringkas
Berfokus Solusi

Berdasarkan pada grafik di atas dapat diketahui terjadi penurunan perilaku *bullying* siswa setelah mengikuti layanan konseling ringkas berfokus solusi. Hal ini dapat dilihat dari grafik *posttest* yang berwarna merah lebih rendah dari grafik *pretest* yang berwarna biru. Berdasarkan pada grafik tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat penurunan skor perilaku *bullying* setelah dilaksanakan layanan konseling ringkas berfokus solusi.

Pada derajat bebas (db) = $n - 1 = 5 - 1 = 4$ dengan taraf signifikansi (α) = 5 % nilai $t_{\text{tabel}} = 2,131$ sehingga H_0 ditolak jika nilai $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}} (2,131)$ dan H_0 diterima jika nilai $t_{\text{hitung}} \leq 2,131$. Berikut adalah tabel hasil perhitungan nilai t_{hitung} dengan menggunakan bantuan SPSS

Tabel. 2
Hasil Penilaian t-hitung

Paired Samples Test									
		Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	5.80000	3.03315	1.35647	2.03385	9.56615	4.276	4	.013

Berdasarkan pada perhitungan di atas diperoleh nilai $t_{\text{hitung}} = 4,276 > 2,131$ (t_{tabel}) pada taraf signifikansi (α) = 5 % sehingga H_0 ditolak yang menunjukkan bahwa ada penurunan perilaku *bullying* siswa yang signifikan setelah diberikan konseling ringkas berfokus solusi pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan. Oleh karena itu, hipotesis penelitian yang berbunyi: “konseling ringkas berfokus solusi efektif untuk mereduksi perilaku *bullying* siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Prambanan” teruji kebenarannya.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa layanan konseling ringkas berfokus solusi efektif dan dapat dijadikan sebagai alternatif bantuan untuk mereduksi perilaku *bullying* siswa. Konseling ringkas berfokus solusi merupakan salah satu intervensi yang dapat digunakan oleh guru BK untuk mereduksi perilaku *bullying*.

Konseling ringkas berfokus solusi memiliki asumsi optimis bahwa orang-orang memiliki kemampuan dan kompeten serta memiliki kemampuan untuk membangun solusi yang dapat mengubah arah kehidupan mereka. (Corey, 2015). Namun hal tersebut terkadang tidak disadari oleh setiap individu sehingga mereka merasa tidak percaya akan

kemampuan yang dimiliki untuk membangun solusi terhadap permasalahannya, yang menjadikan seseorang selalu terjebak akan masalahnya sendiri.

Konseling ringkas berfokus solusi juga percaya bahwa setiap individu memiliki solusi untuk permasalahannya namun terkadang mereka lupa atas kompetensinya karena terlalu fokus pada masalahnya dan hanya berkuat pada masalahnya (Corey, 2015). Hal tersebut sesuai dengan keadaan individu yang memiliki perilaku *bullying*, dimana mereka beranggapan perilaku *bullying* tersebut adalah suatu hal yang wajar yang tidak memiliki dampak apapun. Akhirnya mereka beralasan untuk tidak mencoba mencari solusinya. Layanan konseling ringkas berfokus solusi diberikan pada siswa karena konsep tersebut dipandang paling efektif dan percaya akan perubahan perilaku yang berkesinambungan untuk mereduksi perilaku *bullying*.

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya juga membuktikan bahwa Konseling ringkas berfokus solusi efektif mampu menurunkan perilaku *bullying* (Lestari, 2013). Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan perilaku *bullying* secara verbal pada siswa melalui pendekatan konseling singkat berfokus solusi dan *setting* perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok (Lestari, 2013). Akan tetapi setting perlakuan tersebut menggunakan konseling kelompok sedangkan perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu menggunakan layanan konseling individual alasannya konseling individu lebih efektif dalam proses konseling sehingga adanya peningkatan dalam mereduksi *bullying*.

Penelitian lain yang sejalan menyatakan bahwa konseling ringkas berfokus solusi dapat diberikan orang yang di *bully* (Kvarmea, Aabøb & Sæterena, 2013). Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian ini menunjukkan sampel yang terdiri dari 19 anak di sekolah usia 12-13 tahun, tiga di antaranya diganggu. Enam wawancara individu dilakukan dengan anak-anak yang diganggu dan tiga wawancara kelompok fokus diadakan dengan kelompok-kelompok pendukung. Anak-anak yang di *bully* melaporkan bahwa *bullying* berhenti setelah mereka menerima bantuan dari kelompok pendukung dan perbaikan tetap ada setelah tiga bulan (Kvarme, Aabø, & Sæteren, 2013). Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu dalam memberikan perlakuan. Akan tetapi penelitian di atas layanan diberikan kepada orang yang di *bully* sedangkan yang dilakukan oleh peneliti layanan tersebut diberikan kepada pelaku *bullying*.

Adapun penelitian yang sejalan mengenai perilaku *bullying* yang diberikan layanan yang dengan pendekatan yang berbeda. Hasil dapat disimpulkan bahwa teori kognitif sosial

menunjukkan adanya intervensi yang berfokus pada fungsi kognitif dan sosial adalah penting untuk memutus siklus keterlibatan *bullying* (Swearer, Wang, Berry, & Myers, 2014). Penelitian di atas memiliki kesamaan yaitu meneliti mengenai *bullying*. Penelitian di atas menggunakan teori kognitif sosial sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan pendekatan konseling ringkas berfokus solusi untuk mereduksi perilaku *bullying*.

Keefektifan konseling ringkas berfokus solusi juga telah diuji peneliti lain yaitu dilakukan oleh Sari pada tesis-nya. Sari dalam penelitian tersebut menguji keefektifan konseling ringkas berfokus solusi untuk mengurangi perilaku agresif siswa SMA. Model penelitian yang digunakan ialah *pretest and posttest control group design* dengan mengambil subjek 5 orang siswa SMA (Sari, 2014). Perbedaan dengan penelitian ini yang menggunakan *one-group pretest posttest design* tanpa kelompok kontrol dengan jumlah subjek 5 yaitu siswa SMP. Fokus penelitian yang diambil pun berbeda, bukan tentang perilaku agresif namun terfokus pada perilaku *bullying*. Penelitian lain yang mendukung penelitian ini, menyimpulkan mengenai pengembangan layanan konseling dengan pendekatan ringkas berfokus solusi dipadukan dengan seni kreatif atau disebut CSFCM (*Creative Solution Focused Counseling Models*) merupakan strategi yang layak untuk digunakan mengembangkan *Self-Regulated Learning* Siswa (Saputra, Da Costa, & Alhadi, 2018). Berbeda dengan yang dilakukan peneliti dimana menggunakan konseling ringkas berfokus solusi secara mandiri tanpa dipadukan seni kreatif. Hal lain yang berbeda yaitu pada fokus yang dikembangkan yaitu perilaku *bullying* bukan terkait *self-regulated learning*. Berdasarkan beberapa hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa telah berhasil membuktikan efektivitas penggunaan konseling ringkas berfokus solusi untuk mengatasi berbagai permasalahan baik dengan *setting* individu maupun kelompok. Hal ini juga dibuktikan pada penelitian ini bahwa konseling ringkas berfokus solusi telah terbukti efektif untuk mereduksi perilaku *bullying*. Implementasi konseling ringkas berfokus solusi dapat digunakan oleh konselor melalui media konseling dalam rangka mereduksi perilaku *bullying* (Alhadi, Supriyanto, & Dina, 2016).

KESIMPULAN

Hasil dari proses penelitian dan pengamatan yang sudah dilaksanakan oleh peneliti, dapat dilihat bahwa terdapat penurunan perilaku *bullying* setelah diberikan *treatment*. Oleh karena itu, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling ringkas berfokus solusi efektif dapat digunakan untuk mereduksi perilaku *bullying* pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhadi, S., Supriyanto, A., & Dina, D. A. M. (2016). Media in guidance and counseling services: a tool and innovation for school counselor. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 1(1), 6–11.
- Corey, G. (2015). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Nelson Education.
- Evans, C. B. R., Fraser, M. W., & Cotter, K. L. (2014). The effectiveness of school-based bullying prevention programs: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 19(5), 532–544.
- Hurlock, E. (1999). Psikologi perkembangan Anak, jilid ke satu, (terjemahan: Istiwi dayati). Surabaya: Erlangga.
- Jimerson, S. R., Swearer, S. M., & Espelage, D. L. (2009). *Handbook of bullying in schools: An international perspective*. Routledge.
- Kvarme, L. G., Aabø, L. S., & Sæteren, B. (2013). “I feel I mean something to someone”: solution-focused brief therapy support groups for bullied schoolchildren. *Educational Psychology in Practice*, 29(4), 416–431.
- Lestari, D. (2013). Menurunkan Perilaku Bullying Verbal Melalui Pendekatan Konseling Singkat Berfokus Solusi. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 21–36.
- Lester, L., Cross, D., Dooley, J., & Shaw, T. (2013). Bullying victimisation and adolescents: Implications for school-based intervention programs. *Australian Journal of Education*, 57(2), 107–123.
- Olweus, D. (1993). Bullying at school: What we know and what can we do. *Malden, MA: Blackwell*.
- Safaria, T., & Yunita, A. (2014). The efficacy of art therapy to reduce anxiety among bullying victims. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 3(4), 77–88.
- Saputra, W. N. E., Da Costa, A., & Alhadi, S. (2018). Creative Solution Focused Counseling Models (CSFCM): Strategi Kreatif untuk Mengembangkan Self-regulated Learning Siswa. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 3(4), 162–170.
- Sari, D. K. (2014). Keefektivan Konseling Kelompok Ringkas Berfokus Solusi Untuk Mengurangi Perilaku Agresif Siswa SMA. *DISERTASI Dan TESIS Program Pascasarjana UM*.
- Sofyan, W. S. (2010). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sumarwiyah, S., Zamroni, E., & Hidayati, R. (2015). SOLUTION FOCUSED BRIEF COUNSELING (SFBC): ALTERNATIF PENDEKATAN DALAM KONSELING KELUARGA. *JURNAL KONSELING GUSJIGANG*, 1(2).
- Swearer, S. M., Wang, C., Berry, B., & Myers, Z. R. (2014). Reducing bullying: Application of social cognitive theory. *Theory into Practice*, 53(4), 271–277.